الموسوعة
الرياضية الميسرة
ـ ١٥ ـ

ألعاب الفروسية

إعداد
د. إسماعيل عبد الفتاح عبد الكافي

دار الكتاب المصري
القاهرة

دار الكتاب اللبناني
بيروت

رقم الإيداع :

I.S.B.N

دار الكتاب المصري
٣٣ سارع قصر النيل تليفون : ٣٩٢٢١٦٨ /٣٩٣٤٣٠١/٣٩٢٤٦١٤
القاهرة ص.ب ١٥٦ عتبة الرمز البريدي ١١٥١١ برقياًكتا مصر ـ القاهرة
فاكسيملي ٣٩٢٤٦٥٧(٢٠٢)
Cairo , Att: M. Hassan El-Zein ٣٩٢٤٦٥٦Fax:(202)

دار الكتاب اللبناني
شارع مدام كوري ـ تجاه فندق بريستول ـ بيروت
بيروت تليفون ٧٣٥٧٣٢ / ٧٤٥٧٣١ ص.ب ١١-٨٣٣٠
بيروت – لبنان . برقيا داكلبان – فاكسيملي ٣٥١٤٣٣(٩٦١١)
Fax:(9611) 351433 Birut , Att: M. Hassan El-Zein

طبعة مزيدة ومنقحة

الطبعة الثالثة

١٤٢٩هـ / ٢٠٠٨م

Third Edition
A.D.2008JH1429
Web Site: www.daralkitabalmasri.com
E-mail: info@daralkitabalmasri.com

تاريخ الفروسية .. قديم ..قديم

يرجع تاريخ ترويض الخيل إلى فجر التاريخ، فتطويع الخيول وترويضها وتربيتها يرجع لأواخر العصر الحجري ، ثم جاء العصر البرونـــزي فاشـــتهرت شـــعوب كاملة بالفروسية مثل الحيثيين والاسكينيين والأتروريين والسوماريين.

وعندما جاء الهكسوس إلى مصر ألغوا قوات المشاة، حيث كانت جيوشهم تركب العربات الحربية التي تجرها الخيول، وجاء الحيثيون الـــذين اشـــتهروا بتربيـــة الخيول، ومنهم كيكوليش كبير مُروضي الخيول لدى ملك الحيثيين، وكتب أول مخطوط حول ترويض الحيوانات والخيول.

وفي بلاد اليونان القديمة: وكانت عملية تربية الخيول تتم طبقاً لأساليب وطرق حديثة، وظل الإغريق والرومان يحافظون على تفوقهم في الفروسية.

وجاء الإسلام فأوصى عمر بن الخطاب أمير المؤمنين وثاني الخلفاء الراشدين بوصية هامة: " عَلِّمُوا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل" لتكون نبراساً لتعلم الفروسية لكل مسلم، وقال القرآن الكريم: (وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ)(الأنفال: من الآية٦٠) ..

وجاء القرن الثاني عشر فأُنشئت أكاديمية للفروسية في نابولي بإيطاليا، وازدهرت رياضة الفروسية وأساليب تَعَلُّمُها، وظل العالم يهتم بالخيول وتربيتها وتدريبها وتَعَلُّمُها.

جاءت المدرسة الفرنسية حيث قام " لابرو" بتدريب الجياد على ممرين وحول دائرة .. وقام الدوق نيوكسل بإنجلترا بتبسيط طقم تسريح الحصان واستنباط الجياد الأصلية من السلالات القوية.

وقد اشتهر العرب منذ الجاهلية بالفروسية وإجادة ركوب الخيل، ولقد أُثِرَ عن العرب باقتناء الجياد الأصلية والتنافس على اقتنائها وعدم التفريط فيها، فالحـــصان الكريم كان في منزلة الصديق لصاحبه، حتى صارت السلالة العربية للجياد من أجود السلالات في العالم.

وفي العصر الحديث ــ وعقب الثورة الفرنسية ــ أعاد لويس الثامن عشر ملك فرنسا الحياة لإسطبلات فرنسا العظمى، حيث بدأ تدريب الجياد في تخطي الموانع.

وبدأت إيطاليا في إحياء نهضتها في مجال الفروسية، حيث ظهر فيدريجو كابريللي، وهو مدرب خيول عسكري، فقام بإحياء تعاليم المدارس القديمة للفروســـية، وقد توفى كابريللي إثر سَقْطَة من على ظهر جواد في عام ١٩٠٧م، وبدأ تطبيق الفروسية الحديثة لتخطي الموانع مع الاحتفاظ بالجسم للفارس إلى الأمام ولـــيس إلى الخلف.

وكان أول سباق نظامي للخيل قد أقيم في نذرباي في كومبريا عام ٢١٠ ميلادية بخيول عربية جلبها لبريطانيا الإمبراطور الروماني لوسيوس ، ثم أقـــيم ســـباق دولي بالخيول في لندن عام ١١٧٤م.



نشأة مُباريات الفروسية

أُدخلت الفروسية قديماً في الألعاب الأوليمبية، وكانت تجري بإحدى الطرق التالية : إما بالسباق على ظهور الخيل أو بالعربات التي يَجُرُّها جوادان أو أربعة.
وكانت مسابقات السباق تعادل حوالي ٥ آلاف متر ،وكان من الممكن أن يُستخدم فيها البغل أو المهر بدلاً من الجواد.

وكان الفوز للجواد الذي يصل إلى خط النهاية قبل غيره، حتى ولو كان فارسه قد سقط من فوق ظهره أثناء السباق...
وكانت جائزة الفوز من نصيب مالك العربة أو الجواد...

ثم تطورت الأوضاع وارتبطت المسابقات بالفارس والجواد معاً ، وأصبح لكل مسابقة نوع خاص من الجياد.. ويجب أن يصل الجواد والفارس الذي يمتطيه ويقوده إلى خط النهاية للفوز، وأصبح الفائز هو الفارس، إعلاء لشأنه في التدريب.

وتطورت ألعاب الفروسية، فلم تعد قاصرة على سباق السرعة فقط، وإنما تعتمد على قوة الحركة، وجودة الجواد، والسيطرة على الجواد ذاته من الفارس، أي تطورات ألعاب الفروسية لتشمل الحركات الجمالية وحركات القوة.

متطلبات رياضة الفروسية

أولا ـــ الجواد:

الجواد لابد أن يكون صحيحاً خالياً من الأمراض والعيوب الخلقية ، الظاهرة والباطنة، وأن يكون من سُلالة معروفة ، عريقة في القوة أصيلة في المَنْبَت أباً عــن جد.

ويجب الاهتمام بالجواد منذ مولده تقريباً وإعطائه شهادة ميلاد وشهادة متابعة، بالعناية بغذائه وترويضه وتدريبه وكبح جماحه.

وتدريب الجواد غاية في الأهمية، والتدريب من الجانب الإنساني، بحيث يشعر الجواد بأنه صديق للفارس، ومن جانب اللياقة البدنية، بمداومـــة التـــدريب علـــى المشي والجري وعبور الحواجز والموانع، والرقص على أنغام الموسيقى.

فالمحافظة على الطاعة التامة للجياد لا تأتي إلا بعد تدريب طويل ودقيق ودائم . ولا بد للجواد أن يكون رشيقاً خفيفاً، وبعيداً عن الخوف والتردد ، وممتلئاً بالثقة في نفسه وفي فارسه. والرشاقة تعني الصحة والخفة والحركة.

ثانياً: السرج:

وهو المقعد المريح الذي يحفظ توازن الفارس على ظهر الفرس أو الجواد، وهذا السرج يتكون من المقعد واللجام الذي يوضع في فم الفرس للتحكم فـــي ســـرعة الحصان، ولابد أن يكون مُريحاً للفارس، وغير ثقيل على الحصان، وأن يُربط بإحكام.

ثالثاً : الفارس:

لابد أن يكون خفيفاً قادراً على القيادة السليمة للجواد، فاهماً ومُتابعاً لكل صفات الجواد الذي سَيَمْتَطي ظهره، ولابد أن يَتَودد إليه إذا كـــان لـــيس مِلْكَـــه، وذلـــك لاكتساب صداقته، ولابد أن يتمتع الفارس بلياقة بدنية وفنية عالية، وأن يكون رشيقاً فاهماً للحركات المختلفة للحصان وللفارس.

رابعاً ــ لفظ الفروسية:

يُطلق على مجموعة القواعد والتمرينات التي تُتيح للإنسان إجادة ركوب الخيل لفظ الفروسية.

خامساً: الخيول الأصيلة:

تُطلق اليوم على سلالات ثلاثة خيول جُلبَت لبريطانيا في القرنين السابع عشر والثامن عشر وهي " دارلي العربي" الذي أتى من سوريا بواسطة القنصل البريطاني دارلي عام ١٧٠٤، و" بيرلي التركي" الذي جلبه الكابتن بيرلي من تركيا و " والجودولفين بارب " الذي ينتمي لأصول هندية. وهذه الخيول وَلّــدَت آلاف الخيــول الأصلية الآن.

سادساً : التدريب الجيد :

تعتمد مسابقات الفروسية اليوم على العلاقة بين الفارس والجواد، ولذلك أُضيفت إلى ألعاب الفروسية الأوليمبية الترويض، ومن أجل اكتشاف العلاقة الحميمة بين الفارس وجواده الذي ينافس به.

ألعاب الفروسية

رياضة الفروسية رياضة لها أصول وقواعد ، ومباريات الفروسية هي الحركات التي تتبين من خلالها الصفات الفنية لتدريب الفارس والجـواد، ويطلـق لفـظ " القواعد " على مختلف الاختبارات التي تجري في مباريات الفروسية . وهذه الاختبارات تتمثل فيما يلي:

١- اختبارات درجة الترويض:

وهذه الاختبارات تتكون من مجموعة من التمارين التي يُمكن عن طريقها التحكم في درجة ترويض الجواد بالنسبة لفارس معين، أي تـشمل هـذه الاختبـارات معرفة طريقة دخول الجواد إلى ميدان اللعب، وطريقة تحيته للحكام، ثم الأوضاع الجانبية لسيره وعدوه، وطريقة سيره، وحركات الاستناد وتغيير الأقدام، والسير في المَمَرات الإجبارية للسير، والتوقف في المواقف المناسبة، والخطوات المختلفة عند التحرك بالخطوة أو بالرمح ، و يتطلب هذا الاختبـار درجـة كبيـرة مـن المهارة والمقدرة من جانب الفارس الذي يجب أن تقوم الصداقة والمودة بينه وبين جواده، وبذلك يستطيع أن يحصل من جواده على درجة من الطاعة باسـتخدام وسائل مختلفة للترويض.

٢- اختبارات الموانع:

وهذه الاختبارات تتم للتأكد من دقة التدريبات والترويض، فكل الأخطاء أو بوادر العصيان بالنسبة للجواد، يجري تدوينـها، ويُعْتَبر من العصيان كل ما يبدو مـن الجواد من محاولة لتجنب عبور المانع، سواء بمحض إرادته أو من جَرَّاء خطأ من الفارس، وكذلك سرعة الجواد وسيطرة الفارس عليه، وكذلك العبـور المتعـدد للموانع المتعددة الارتفاعات.



٣- اختبارات المباراة الكاملة:

ويتطلب هذا الاختبار صفات على درجة عالية من الدقة من جانب الفارس والجواد معاً، فيتطلب هذا الاختبار اختباراً في الترويض وتخطي مسافة معينة من الموانع، وعبور الضاحية على أرض مختلفة (رملية أو طينية) أو صلبة .. الخ، مع تخطي العديد من الموانع الطبيعية، كالخنادق والطرق والأراضي الهابطة والصاعدة، والحوائط، والسياج، وجذوع الشجر، وللتأكد من دقة التدريبات وقوة الفارس وسيطرته على جواده.

ولذلك فمباريات وألعاب الفروسية لا تعتمد على البعد الفني المَهاري فقط، بل تعتمد على الجانب النفسي للفارس وللجواد أيضاً، ولذلك يتطلب للفوز بها إقامة علاقة صداقة حميمة بين الفارس والحصان.

٤- أرقام قياسية:

كان أطول سباق خيل في البرتغال، بلغت مسافته ١٩٢٠ كيلومتر، وفاز به الجواد المصري أمير، بينما كان أسرع جواد هو " البطل غرابيت " الذي قطع مسافة ٤٨٠ كيلومتراً في ٥٢ ساعة و٣٣ دقيقة عام ١٩٢٠، بينما بِيعَ جواد " شريف دانسر" بمبلغ ٤٠ مليون دولار لـ ٤٠% من أسهم الجواد، وكان الجواد " بيغ راكيت" من أسرع الجياد، حيث استطاع السير بسرعة ٦٩,٢٢ كيلومتراً في الساعة عام ١٩٧٠ميلادية.

جسم الجواد

لابد للفارس ولرياضي الفروسية من معرفة كل شيء عن الجواد الذي يتعامل معه، وخصوصاً تكوينه الجسماني، حتى يستطيع التعامل مع حواسه.
ولكل منطقة في جسد الجواد اسم اصطلح الفُرسان على استخدامه بشكل معين، وإطلاق تسميته عليها من واقع خبرتهم في مجال الجياد .

وجسم الجواد لابد أن يكون انسيابياً، معتدلاً بعيداً عن " البدانة" أو " النحافة"، ولابد للحصان أن يكون قوياً في العضلات، وخصوصاً السيقان الأمامية والخلفية، وأن يكون ظهره مستقيماً وألا يكون به عيوب خَلْقِيَّة تمنعه من أداء المهام المطلوبة منه، وهي السرعة وعبور الموانع وسماع توجيهات الفارس.
ويتميز الجواد بوجود كعب " حلقة " تُسمى :الحافر ، وهي الحلقة الحديدية التي تُركَب في باطن الحافر، ولابد أن تكون لها مواصفات بحيث لا تؤلم الجواد، وبحيث لا تُعيق حركته، بل تُساعده على الحركة والانطلاق.

الحركات الطبيعية للجواد

لكل جواد عدداً من الحركات الطبيعية التي يُجيدها، والتي يُمكن بواسطة التَعَرُف عليها تنمية مهارته وقدراته من خلالها، ومن هذه الحركات:

١ – الخطوة:

وهي حركة المشي، وفي هذه الحركة يكون أحد أعضاء الجواد دائماً في حالة ارتكاز، مع تتابع هذا الارتكاز لكل من قوائم الجواد الأربعـــة الأماميـــة والخلفيـــة، بالتبادل فطرياً، ثم الأمامية الثانية والخلفية الثانية، وهكذا.

وسرعة الجواد في هذه الحركة لا تعدو ٦,٥ كيلومترات في الساعة، وهذه هي حركة المشي الطبيعية للجواد.

٢ – الجنب :

وهي حركة القفز الفطرية، ويؤديها الحصان في حالة القفز المُتتابع، وتتم بالارتكاز للقوائم المتعارضة " الأمامية اليسرى مع الخلفية اليمنـــى" .. وتفــصل بـــين الحركتين فترة زمنية للتقدم، وفيها تكون جميع أعضاء الجواد في حالة ارتفاع في الهواء.

والسرعة في هذه الحركة ١٥ كيلومتراً في الساعة.

٣- الرُمْح:

وهي تجمع بين الارتكاز والتأرجح، مع الارتكاز بالتتابع:

قائمة خلفية وقائمة أمامية عكسية، ثم الأمامية المقابلة قُطرياً مع الخلفية بعد أن تكون قد لمست الأرض.

وكل خطوة من خطوات حركات الرمح تفصلها عن الأخرى زمن اندفاع للأمام، وفيها تكون القوائم الأربعة في حالة رفع، ويختلف هذا الزمن باختلاف طول الخطوة وسُرعة الرُمح.

ويستطيع الجواد أن يقطع ما بين ٢٠ -٢٥ كيلومتراً في الساعة.

وينصح الخبراء أن تتم حركة الجواد بالتبادل بين الحركات الثلاث منعاً لإرهاقه وعصيانه، وبالتالي عدم التمكن من إتمام السيطرة عليه في هذه الحالة.

٤- الرقص الإيقاعي:

وهي حركات جمالية يُمارسها الجواد، من خلال التدريب، لأن الجواد مُطيع لفارسه إذا كانت العلاقة بينهما قوية كعلاقة حُب وأُلفة.

والرقص الإيقاعي قد يُصاحبه موسيقي خفيفة ، أو كلمات يَبُثُها الفارس في أُذن جواده، وتعتبر حركات الرقص الإيقاعي من أجمل حركات الجواد.

أنواع الخيول
ومسابقات السباق

مسابقات الفروسية مسابقة للقوة والتدريب القوي، ولذلك تُقَّسَم المسابقات عادة إلى قسمين:

أولاً ــ المسافة:

وتُحَدِّد المسافات مدى قدرة الخيل على المثابرة، فهي تُقَّسَم إلى: ١٠٠٠متر حواجز، و١٢٠٠ متر حواجز، و١٦٠٠ متر حواجز، و٢٤٠٠ متر عادة ، و٢٤٠٠متر حواجز، و ٣٠٠٠متر حواجز.

ويحتاج الفارس والحصان إلى لياقة بدنية وتدريب قوي، وتركيز ذهني كبير حتى يُمْكِنَه إتمام السباق دون الاصطدام بالحواجز ، وفي نفس الوقت يجب أن يكون الوصول أسرع من الغير.

ثانياً ــ خبرة الخيول:

قد تُقَّسَم المسابقات إلى خبرة الخيول ذاتها، فليس مُهماً التدريب، ولكن خبرة الخيول في الاشتراك في السباقات من خلال مسابقات الخيول المبتدئة، ثم خيول الدرجة الثالثة، ثم خيول الدرجة الثانية ،ثم خيول الدرجة الأولى الممتازة ويكون التسابق: مسافته الحيوية وقوته وعدد الحواجز والعوائق أمام الخيل أكثر من غيرها .

وتقام مسابقات سباق الخيول الآن على ملاعب أو " مضامير خاصة" فيجب أن يكون المضمار واسعاً، به شجيرات تُضْفِي جمالاً على المضمار، وبه أماكن للمشاهدة والمتابعة من جانب السادة المشاهدين .. ومسابقات الخيول أو الفروسية أصبحت الآن مسابقات الأقوياء والأغنياء ، بعد أن وصلت أداة اللعب الرئيسية "الخيول الجيدة ذات الأصل" إلى مبالغ كبيرة فلابد من التدريب الجيد على الخيل أو الفرس حتى تنشأ لُغة تفاهم تُساعد على الفوز في المسابقات.

رياضة البــولــو
POLO

تاريخ لعبة البولو

يرجع تاريخ لعبة البولو إلى ٩ نوفمبر ١٨٦٢م ، حيث أقيمت أول مباراة في هذه اللعبة.

وعندما أُقيمت هذه المباراة كانت لنزوح عدد من الهنود إلى بلدة بويجاب، ليعرضوا على ضباط الجيش الإنجليزي (أثناء احتلالهم للهند)، لونـــا مـــن الفروســـية القاسية، حيث كانوا يلعبون من فوق جيادهم لعبة تؤَدَّى بالجري في الميدان وهم يُطاردون بَعْضِهم البَعض في مهـــــارة ورشاقة ، وذلك وراء كرة صغيرة مـــن الخشب الصفصاف، سميت بعد ذلك " بولو" .
وبعد ذلك حاول الفرسان الإنجليز مُجاراة الهنود في هذه اللعبة، بعد أن قاموا بصناعة " العصي " المناسبة في أطوالها، وبعد ذلك قام الإنجليز بتقـسيم الميـدان " الملعب " وحَدَّدُوا حدوده ، وقاموا بعمل أبعاد معينة له لتساعدهم على التحكم في منطقة معينة، ثم لِعبوا رياضة البولو في الملعب بفريقين متنافسين .... " وكـــان الهنود يلعبونها كل لاعب يحاول الجري وراء الكرة وبقية الفرسان تحاول لعبها بدلاً منه" .

ولما عاد الإنجليز لبلادهم .. قام الضباط الذين أَحَبُوا ممارسة هذه اللعبة، بلعب هذه الرياضة في الميادين المفتوحة .. فأحبها الشعب الإنجليزي، وسُنَّت القـــوانين المنفذة للعبة عام ١٨٧٣ ميلادية .. ومن هنا انتشرت رياضة الفرسان والبولو.

كيف تلعب

رياضة البولو POLO

عرفنا أن منشأ هذه اللعبة القديمة هو قارة آسيا حيث عَرِفَتَها شعوب الهند والصين.

والمباراة تُمارس في ملاعب واسعة، وغالباً ما تكون مُغطاة بالنجيل .. وتمارس حالياً بين فريقين.

ويتكون كل فريق من أربعة فرسان، يركبون الجياد القوية السريعة.

فرياضة البولو هي استخدام الفرس والجواد أحسن استخدام، أي استخدامه فنياً للعب الكرة تسمى " البولو" فهي نوع من رياضات الفروسية القوية والمنافسة، لأن كل فريق يتكون من أربعة لاعبين، فلابد من تعاونهم وانسجامهم داخل الملعب لتحقيق الفوز، فهي اللعبة الوحيدة من ألعاب الفروسية التي تُلْعَب بصفة جماعية.

ثم أنها لعبة تستخدم الفرس للجري وراء الكرة والتخطيط الجماعي بالتمرير والتمرين لإدخال الكرة مرمى الخصم.

وكرة البولو كرة صغيرة للغاية، فهي كرة من المطاط الصلب أو من الخشب ، كاملة الاستدارة قطرها ٨,٢سنتيمترا ، ولذلك فإن صِغَر الكرة من مميزات البولو الذي يتطلب الدقة الشديدة.

ولذلك تستخدم في البولو مضارب من نوع خاص لضرب الكرة، أو تمريرها للزميل، أو وضعها في مرمى الخصم ، وهي المضارب " الشواكيش"...

وتُصنَع المضارب من نوع خاص من البلاستيك، وطول كل مضرب ١٢٤,٥سم، ولا يقل عن ذلك ولا يزيد عن ١٣١ سم ، وذلك تِبْعَاً لطول " ارتفاع الجواد".

ولذلك فإن رياضة البولو رياضة فروسية جماعية تسعى لإدخال الكرة في مرمى الخصم، ومن يحرز أهدافاً أكثر يفوز بالمباراة.

مسابقات

الفروسية الأوليمبية

هناك العديد من مسابقات الفروسية الأوليمبية، والتي يحصل الفائز الأول والثاني والثالث فيها على ميداليات أوليمبية ذهبية وفضية وبرونزية. ومنها:

ـ مسابقة الترويض للفرق.

ـ مسابقة الترويض للفردي.

ـ مسابقة قفز الحواجز للفرق.

ـ مسابقة قفز الحواجز للفردي.

ـ المسابقة الكاملة للفرق.

ـ المسابقة الكاملة للفردي.

أسئلة في الكتاب

ـ ما هو تاريخ رياضة الفروسية؟

ـ ماذا تعرف عن الحصان ومقوماته ؟

ـ هناك العديد من أنواع الأحصنة : تحدث عن نوع تحبه.

ـ ما هي المسابقات المختلفة للفروسية؟

ـ ما هو تاريخ لعبة البولو ؟

ـ كيف تلعب رياضة فروسية البولو ؟

ـ ما هي الحركات الطبيعية للجواد ؟

ـ ما هي المسابقات الخاصة بالدرجات المختلفة للفروسية ؟

ـ ما الفرق بين رياضة الفروسية وبقية الألعاب؟

ـ اذكر ما تعرفه عن صفات الجواد الجيد.

محتويات الكتاب

الموضوع
تاريخ الفروسية .. قديم ..قديم
نشأة مُباريات الفروسية
متطلبات رياضة الفروسية/أولا ــ الجواد/ ثانياً: السرج
ثالثاً : الفارس/رابعاً ــ لفظ الفروسية
خامساً: الخيول الأصيلة/سادساً : التدريب الجيد
ألعاب الفروسية/١ – اختبارات درجة الترويض
٢ – اختبارات الموانع
٣ – اختبارات المباراة الكاملة/٤ – أرقام قياسية
جسم الجواد
الحركات الطبيعية للجواد/١ – الخطوة/٢ – الجنب
٣ – الرُمْح/٤ – الرقص الإيقاعي
أنواع الخيول ومسابقات السباق/أولاً ــ المسافة
ثانياً ــ خبرة الخيول
رياضة البولوPOLO
تاريخ لعبة البولو
كيف تلعب رياضة البولو POLO
مسابقات الفروسية الأوليمبية
أسئلة في الكتاب

الكتاب القادم ←ـــــــــ سباق السيارات